

致家长的一封信

尊敬的家长朋友们：

大家好！

2020年是不平凡的一年，在党和政府的正确领导及省教育厅具体指导下，在社会各界及广大家长理解支持下，我们经受了疫情防控等各种急、难、险、重任务的考验，圆满完成了各项工作任务。一年来，您们对教育工作默默地给予了支持和关心，在思想和行动上与党和政府教育工作决策保持了高度一致，表现出了很高的思想觉悟，我们深感欣慰，并由衷地向你们表示感谢！寒假来临，为了让孩子们度过一个健康安全、快乐向上、丰富多彩的假期，现向大家提出如下建议：

一、疫情防控——健康篇

1. 切实做好个人防护。要时刻提醒孩子及家人克服麻痹大意思想，切实做好家庭成员常态化防护，养成随身携带口罩的习惯，在人员密集、通风不足的地方，乘坐公共交通、电梯等密闭空间，应科学规范佩戴口罩，与他人尽量保持社交安全距离，守好一米“安全线”。若自己或家人出现发热、乏力、干咳、腹泻等不适症状时，应戴好口罩，避免乘坐公共交通工具，及时到定点医院发热门诊进行排查和诊疗，第一时间告知单位（学校）和属地社区，并按规定留观或治疗。
2. 坚持非必要少出行。错开出行高峰期，尽量少去人群聚集的地方，严禁前往中高风险地区。离开（返回）本地提前向单位（学校）和属地社区报备，遵守当地疫情防控要求，提倡用网络视频等方式传递新年祝福。
3. 保持良好卫生习惯。在餐前、便后、接触垃圾后、外出归来后以及接触嘴巴、眼睛等易感部位之前，要及时进行手部清洁。咳嗽或打喷嚏时使用纸巾或肘部衣服遮住口鼻，外出就餐时一人一具、分餐分盘，养成文明行为习惯。
4. 防范食源感染风险及环境清洁消毒。选购生鲜产品应到正规的超市或市场，购买境外冷冻食品要关注检疫信息，做好外包装消毒。不接触、不购买、不食用野生动物。
5. 督促孩子落实疫情防控要求及措施，协助孩子合理安排假期生活。引导孩子自主学习、科学锻炼，劳逸结合，按时作息，保障睡眠，保持良好的心态。
6. 依法依规科学防控。每天做好自身及家人健康监测，严格遵守疫情防控相关规定，切实履行疫情防控个人主体责任和对孩子的监护责任，营造齐心抗疫的家庭氛围，不信谣、不传谣、不造谣。

二、有效学习——生活篇

1. 引导孩子合理安排作息時間，科学使用手机。
2. 引导孩子注意用眼卫生，保护视力。引导孩子进行适度的体育运动，锻炼身体，增强体质。
3. 家长要多与孩子交流沟通，密切关注孩子的思想动态，适时调整心理压力。
4. 增加劳动教育，让孩子帮助父母做一些力所能及的事，培养良好的劳动习惯。

三、科学防范——安全篇

1. 公共安全：加强对孩子的公共安全教育，日常加强对孩子户外活动的监管，确保孩子不到不明水域、冰面等危险区域玩耍，防止溺水、用电用气、煤烟中毒及失火等事故发生。
2. 食品安全：教育孩子要注意合理饮食，防止暴饮暴食及食物中毒等危害身体健康的事件发生，做到不抽烟、不酗酒，养成良好的生活习惯。
3. 交通安全：加强对孩子的交通安全教育，帮助孩子提高交通安全意识。教育孩子严禁搭乘无证、无牌及违章超载的车辆，避免人身和财物的意外损失。
4. 网络安全：提醒孩子严防各种形式的网络诈骗，教育孩子除了上网学习外，不浏览不健康网页，不痴迷于游戏等，遵纪守法，不信谣、不传谣、不造谣。
5. 法制安全：教育孩子遵守法律和公德，谨慎交友，自觉抵制社会不良分子的诱惑，自觉抵制邪教，不参加封建迷信活动，不私自去歌舞厅、网吧等场所活动，防止黄、赌、毒侵害。
6. 家长和孩子假期间要与班主任老师保持联系，密切关注家校联系群中学校推送的信息，认真落实学校提出的相关工作要求，第一时间向班主任报告学生健康安全及思想行为方面的异常情况。
7. 严防电信、微信、互联网、电话等网络诈骗活动，凡遇到以各种理由让学生交钱、转账的，家长一定要认真核实，谨防上当受骗。

家长朋友们，孩子的假期离不开您的关爱，相信孩子们定会在浓浓亲情的滋润下度过一个快乐而有意义的寒假，并会以饱满的热情和充沛的精力迎接新学期的到来。

顺祝新年快乐，阖家幸福！

日照航海技术学校

2021年1月